RADY PRAKTYCZNE



1 2

1. *Sukienka dla dziewczynki od lat 5—7 z granatowej wełny przybrana układaną falbanką i kołnierzykiem z kremowego lub białego rypsu.*
2. *Sukienka dla dziewczynki 4—7 letniej z morelowej wełny, przybrana plisowaną falbanką i guzikami.*

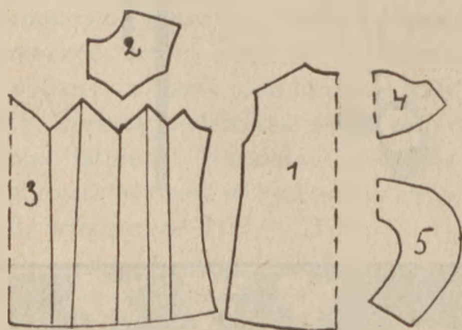
NASZA TABLICA KROJU.



3. Sukienka z cienkiej wełny w kolorze frez, przybrana kołnierzem-pelerynką z białego rypsu dla dziewczynki 4-letniej.

Długość paska według obwodu pasa, szerokość 3 cm.

Wymiar: długość 50 cm.
obwód gorsu 64 cm.



1. plecy
2. karczek
3. przód sukienki
4. rękawek
5. kołnierz

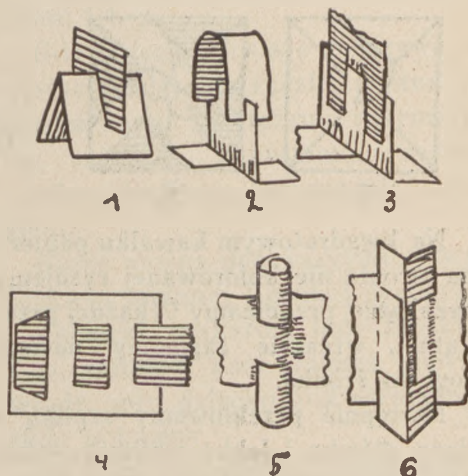
Roboty z papieru[1].

Papier kolorowy powinien znaleźć duże zastosowanie w pracach domowych dzieci w t. zw. pospolicie „majstrowanie".

Jest to tworzywo szczególnie barwne, dostępne nawet dla dzieci najmłodszych. Doskonale nadaje się do wyrabiania czapek, potrzebnych dzieciom do zabawy, chorągiewek, młynków, trzaskawek, ptaszków, łódek, strzał i t. p. przedmiotów. Jako materjał miękki, elastyczny nie stawiający oporu, przechodzącego siły maleństwa, a jednocześnie, pozwalający wydobyć fantazję i inwencję twórcy powinien znaleźć się w ręku dziecka bardzo małego.

Można go załamywać, oddzierać, ciąć, zwijać, barwić i wykonywać z niego różne przedmioty. Może być też zastosowany jako materjał dekoracyjny.

Łączymy papier zwykle klejem stolarskim lub klajstrem, zrobionym z mąki, rozpuszczonej w odrobinie zimnej wody, następnie zalanej wodą gotującą się do odpowiedniej gęstości. Gdyby klajster był za rzadki gotujemy go na ogniu. Najlepszym jednak będzie może trochę droższy, ale doskonały klej fotograficzny „Drakon" firmy M. Leszczyński, który dostaniemy w każdym większym sklepie materjałów piśmiennych. Ponieważ, sklejanie papieru dla małych dzieci, dopóki nie zdobędą należytej zręczności jest trudne, więc trzeba nauczyć je łączenia papieru „nasucho". Łączenie „nasucho" polega na robieniu odpowiednich nacięć na jednym kawałku papieru i przesuwaniu lub wkładaniu w te nacięcia innego kawałka (rys. 1, 2, 3, 4, 5, 6).



Roboty papierowe poza innemi celami wychowawczemi mają nauczyć dziecko koniecznej przy tej pracy czystości. Szczególnie jeśli do łączenia użyty będzie klej.

Już 2-letnie dziecko z kawałka papieru złożonego kilkakrotnie w t. zw. harmonijkę może zrobić samodzielnie:

[1]) Artykuł oparty na książeczce: St. Gabriela i J. Mazurka „Zajęcia praktyczne dziecka w szkole i w domu" cz. I. Warszawa 1934. Książka ta powinna znaleźć się w ręku każdej matki.

wachlarzyk, harmonijkę, lampionik, sukienkę dla lalki, skrzydełka i ogon ptaszkowi. My musimy tylko leciutko pokierować robotą, wskazując, jak wykonana praca może być celowo zużytkowana. Oczywiście, że zwracamy uwagę, aby dziecko, nie wkładało papieru i paluszków do buzi.

Z dwóch kawałków papieru, kartonu lub cienkiej tekturki (można zużytkować niepotrzebne tekturowe pudełka), wsuniętych jeden w drugi dziecko powyżej lat 3-ch może zrobić mebelki dla lalki, drzewka i t. p. Przez zginanie i załamywauie papieru po przekątnych lub osiach symetrji, otrzymujemy przedmioty poruszające się czyli t. zw. „działające".


7


8

Na kwadratowym kawałku papieru na stronie nie kolorowanej rysujemy przekątne, przecinamy $^2/_8$ każdej przekątnej, wreszcie zaginamy nacięte rogi do środka.

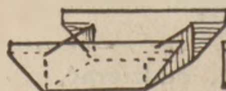
Następnie przekłuwamy szpilką z dużą główką i lekko wbijamy w koniec gładziutkiego kijka. Przy bieganiu lub na wietrze wiatraczek szybko obraca się, co sprawia wielką radość milusińskim (rys. 7, 8).

Z papieru można też wykonać pudełeczko na klajster lub różne drobiazgi (rys. 9, 10, 11).

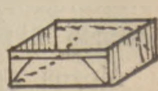
Dzieci lubią bawić się w żołnierzy indjan, karzełków, strażaków, a dziewczynki naśladować w gospodarstwie mamusie. Cóż to będzie za radość, kiedy pokażemy Anielci, jak z papieru zrobić kuchnię, garnuszki, rondelki i inne naczynia kuchenne zaledwie kształtem przypominające prawdziwe. Anielcię rozpierać będzie radość i duma z własnoręcznie wykonanej pracy.

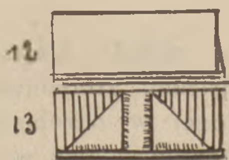
Jerzykowi znów doradzimy jak z arkusza pakowego papieru lub wprost z gazety zrobić czapkę strażacką lub myśliwską, (rys. 12, 13, 14) którą przystroimy chwaścikiem z papieru.

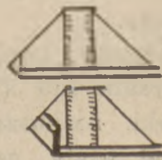
Przez podwójne załamanie rogów lub podniesienie dłuższej ścianki czapki, na załączonych rysunkach otrzymamy nowe wzory ubioru głowy (15, 16, 17).


9

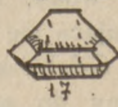

10


11


12
13


14
15


16


17

Tego rodzaju roboty dają możność pobudzania i rozwijania pomysłowości dziecka oraz kształcenia smaku estetycznego.

Elbe.

Kuchnia dziecięca.

Uwagi ogólne w sprawie odżywiania dziecka w 2-im roku życia.

1. W tym wieku dziecko dostaje jeść tylko 4-ry razy dziennie.

Odstępy między posiłkami wynoszą cztery godziny.

Najbardziej odpowiednie godziny są: 7-a, 11-sta, 15-sta, 19-sta. Małe przesunięcia zarówno w jedną, jak i w drugą stronę są dopuszczalne, byleby były stałe.

Poszczególny posiłek objętościowo powinien wynosić 1 szklankę (250 gr.). W czwartem półroczu wielkość poszczególnego posiłku może dojść od 300—350 gr.

Między poszczególnemi posiłkami dziecko nie powinno nic dostawać do jedzenia, co najwyżej płyny obojętne do picia.

Za płyny obojętne uważa się: wodę, lekką herbatę, rumianek, lekki napar kwiatu lipowego, limonjadę, oranżadę i t. p.

Potrawy dziecka nie powinny być zbyt wyszukane, aczkolwiek trzeba się liczyć z koniecznością pewnego urozmaicenia jadłospisu dziecka.

Słodzenie potraw odbywa się w taki sam sposób, jak dla starszego dziecka, t. zn. że zupy i jarzyny w zasadzie nie słodzi się, chyba odrobinę dla poprawy smaku.

Stałe pokarmy można dzieciom podawać tylko wtedy, gdy już mają cztery przedtrzonowce. Ilość mleka na dobę w 2-im roku życia nie powinna przekraczać ½ litra.

Z przetworów mlecznych dzieci w tym wieku mogą otrzymywać: kefir, jogurt, zsiadłe mleko (z mleka gotowanego), twarożek, wiejski ser i inne miękkie serki nieostre.

Kefir, jogurt, mleko zsiadłe muszą wejść w skład przepisanej dziennej ilości mleka dla dziecka. Pieczywo w stałej postaci (bułeczka, chleb biały i czarny) dziecko może dostawać tylko w stanie czerstwym.

Pieczywo nie powinno być posypane maczkiem, czarnuszką, koprem i t. p.

Gdy dziecko dostaje pieczywo w postaci stałej, do rączki, można je posmarować: powidłami, marmeladą, miodem, twarogiem, niezbyt słodką konfiturą, najrzadziej masłem.

Kasze można dać wszystkie z wyjątkiem jaglanej i grubej perłowej.

Zacierki, makaron, lane kluski i t. p. zamiast kasz można dawać wtedy, gdy dziecko już otrzymuje stałe pokarmy.

Jarzyny strączkowe (groch zielony, fasola) dajemy dziecku, poczynając od szóstego kwartału życia. Jarzyny strączkowe muszą być roztarte lub przefasowane i podane w zupie lub z inną jarzyną. Jarzyny strączkowe można dawać 3—4 razy w tygodniu, przyczem porcja jednorazowa nie powinna przekra-

czać 3-ch łyżeczek od herbaty. Z tłuszczów najbardziej wartościowe jest masło.

Dzienna racja tłuszczu dziecka w drugim roku życia wynosi od 1—2 łyżeczek od herbaty. W tym wieku dziecko dostaje wszystkie jarzyny w stanie gotowanym.

Jarzyny przeciera się coraz mniej w miarę rozwijania się uzębienia dziecka.

Z jarzyn nie dajemy dziecku w 2-im roku życia tylko kwaszonej kapusty.

Owoce w stanie gotowanym nigdy nie zastąpią jarzyn.

Z surowych owoców można stosować jabłka, gruszki, pomarańcze, cytryny, grape-fruity. Banany jako owoc małowitaminowy mniej powinny być brane pod uwagę.

Owoce w postaci stałej dajemy tylko wtedy, kiedy dziecko dobrze je gryzie, w przeciwnym razie dajemy je tarte.

Mięso dziecko może otrzymywać, poczynając od 1½ roku.

Dziecko może dostawać tylko mięso chude i zmielone, nie częściej, jak co drugi dzień (na zmianę z jarzynami strączkowemi) i nie więcej jak 3 łyżeczki od herbaty dziennie.

Na początku lepiej jest dawać mięso tylko gotowane, później i smażone.

Jaj, jako poszczególnej potrawy, dziecko do lat 2-ch nie dostaje. Nie wchodzi w rachubę trochę żółtka, które jest potrzebne do przygotowania kluseczek. Dziecko do 2-ch lat nie może dostawać czekolady.

Ze słodyczy najbardziej odpowiednie są marmoladki.

Słodyczami nie należy szafować, należy je uważać nietyle jako środek odżywczy, ale jako pedagogiczny.

Powyższe rady stanowią pewien szablon, od którego mogą być pewne odstępstwa, o nich jednak może decydować tylko lekarz, opiekujący się dzieckiem.

Lucyna.

TREŚĆ NUMERU: *Dr. Z. Glińska:* Spacery w zimie dzieci do lat 2. Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach. *Dr. Bielobradek:* O t. zw. „nadmiernej ilości pokarmu". *Dr. P. Wójciak:* Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek. *L. Czechowska:* Podsłuchane rozmowy. *Stefanja Lewartowicz:* Sytuacja dziecka we wczesnem dziecięctwie. *Józefa Gażyńska:* Nowy Rok w światku dziecięcym. *Dr. S. Srednicki:* Ze skrzynki do listów. Odpowiedzi na listy rodziców. Rady praktyczne. Nasza tablica kroju. *Elbe:* Roboty z papieru. *Lucyna:* Kuchnia dziecięca.

Redakcja i Administracja: Koszykowa 44. Tel. 9-01-24. Konto P.K.O. 14555
Cena prenumeraty „MŁODEJ MATKI": w kraju płatna tylko z góry: rocznie 13 zł. — półrocznie 6 zł. 50 gr. — kwartalnie 3 zł. 25 gr.
Zagranicą: półrocznie zł. 10 — rocznie zł. 20.
Prenumeratę dwutygodnika „MŁODA MATKA" przyjmują wszystkie księgarnie, oraz urzędy pocztowe w kraju i zagranicą.
Rękopisów Redakcja nie zwraca.

Wydawca: E. Grocholska **Redaktorzy: Dr. R. Barański i L. Czechowska**

Zakł. Graf. „Drukarnia Bankowa", Warszawa, Moniuszki 11.